

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

## **Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España**

### **Association between the importance of Physical Education and physical-social anxiety in Spain**

Jorge Rojo-Ramos<sup>1\*</sup>, Laura Espinosa-Mogollón<sup>2</sup>, Carmen Galán-Arroyo<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Physical Activity for Education, Performance and Health (PAEPH) Research Group, Faculty of Sports Sciences, University of Extremadura, 10003 Cáceres, Spain;

<sup>2</sup> Universidad de Extremadura, 10003 Cáceres, Spain;

<sup>3</sup> Physical and Health Literacy and Health-Related Quality of Life (PHYQoL), Faculty of Sport Science, University of Extremadura, 10003, Cáceres, Spain;

\*Correspondence: [jorgerr@unex.es](mailto:jorgerr@unex.es)

**Cronograma editorial:** *Artículo recibido 26/04/2024 Aceptado: 19/07/2024 Publicado: 01/09/2024*

<https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

#### **Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:**

Rojos-Ramos, J.; Espinosa-Mogollón, L.; Galán-Arroyo, C. (2024). Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España Sportis Sci J, 10 (3), 487-501 <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

**Contribución autores:** Todos los autores contribuyeron de forma equitativa al trabajo.

**Financiación:** El estudio no obtuvo financiación.

**Conflicto de interés:** Los autores declaran no tener ningún tipo de conflicto

**Aspectos éticos:** El estudio declara los aspectos éticos.

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

### Resumen

La ansiedad físico social (AFS) es un trastorno cada vez más frecuente en la adolescencia que perjudica la salud mental. A su vez, la Educación Física (EF) puede desempeñar un papel importante en la reducción de la AFS al proporcionar a los estudiantes un entorno donde puedan participar en actividad física, mejorar su concepto físico, desarrollar habilidades sociales y optimizar su bienestar. El objetivo es conocer si existe relación entre la importancia que las personas le asignan a la EF y su nivel de AFS en estudiantes de EF en España. Para ello, estudiantes de EF españoles entre 12-14 años fueron encuestados a través de la Escala de AFS (SPAS-7) y la escala unifactorial para la valoración de la importancia de la EF. Los resultados mostraron que la correlación entre ambas variables es inversa y significativa ( $p < 0,01$ ), siendo más evidente en chicas que en chicos. La ansiedad físico-social de adolescentes españoles disminuye conforme aumenta la importancia atribuida a la EF, sobre todo en chicas. Sería relevante concienciar a la población de la importancia de la EF sobre la AFS en la adolescencia para contribuir a la mejora de la salud mental.

**Palabras clave:** Educación Física; ansiedad física y social; adolescentes; estudiantes.

### Abstract

Physical-social anxiety (PSA) is an increasingly common disorder in adolescence that is detrimental to mental health. In turn, Physical Education (PE) can play an important role in reducing PSA by providing students with an environment where they can participate in physical activity, improve their physical self-esteem, develop social skills and optimize their well-being. The objective was to find out if there is a relationship between the importance that people assign to PE and their level of PSA in PE students in Spain. To do this, Spanish PE students between 12-14 years old were surveyed using the PSA Scale (SPAS-7) and the unifactorial scale for the assessment of the importance of PE. The results showed that the correlation between both variables is inverse and significant ( $p < 0.01$ ), being more evident in girls than in boys. The physical-social anxiety of Spanish adolescents decreases as the importance attributed to PE increases, especially in girls. It would be important to raise awareness among the population about the importance of physical activity over physical activity in adolescence to contribute to improving mental health.

**Keywords:** Physical Education; physical and social anxiety; adolescents; students.

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

## Introducción

Desde mediados del siglo XX, en investigación se empezó a observar cómo la distorsión del aspecto físico no se daba únicamente en pacientes con afecciones físicas o neuronales (Hart et al., 1989; Leary & Kowalski, 1990), sino que también ocurría en poblaciones a priori sanas (Sáenz-Alvarez et al., 2013), como por ejemplo en adolescentes, quienes están pasando por un periodo en el que se producen cambios físicos (Espinosa & Luis, 2004).

Un fuerte miedo a situaciones sociales o de desempeño en las que la persona teme ser juzgada o evaluada negativamente por los demás es una característica de la ansiedad física social (AFS). Pensamientos automáticos negativos, una preocupación excesiva por el juicio de los demás e interpretaciones distorsionadas de las interacciones sociales son algunas características cognitivas comunes. Es posible que los síntomas somáticos incluyan palpitaciones, sudoración, temblores, problemas para respirar, náuseas y mareos (Alcaraz-Ibáñez et al., 2020).

Las creencias negativas sobre uno mismo y la evaluación de los demás son cruciales para mantener la AFS, según el modelo de la ansiedad social propuesto por escritores como Wells y Clarks (1995).

Algunos autores han evidenciado cómo se ve afectada la participación y satisfacción con el deporte/actividad física (AF), no sólo por la propia percepción del cuerpo, sino también por la valoración que los demás hacen sobre el físico de las personas (Crawford & Eklund, 1994; Gammage et al., 2004; Leary, 1992). Ambos factores pueden influir tanto de forma negativa, haciendo que las personas se inclinen por no participar en AF cuando se preocupan de forma excesiva por su imagen corporal (Alcaraz-Ibáñez et al., 2020), como positiva convirtiéndose así en un factor motivante para realizar ejercicio (Spink, 1992).

Las personas que tienen ansiedad físico-social (AFS), definida por Leary (1992) como una respuesta emocional provocada por la preocupación de que los demás evalúen tu físico, en la que la propia persona evalúa su cuerpo de forma negativa (Lirola et al., 2019), tienden a evitar espacios que promueven la exposición del cuerpo donde es más probable que sea evaluado, ya sea por la apariencia o por el desempeño en las diferentes

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

situaciones o actividades motrices, como por ejemplo las clases de Educación Física (EF) o los gimnasios (Camacho-Miñano & Herraiz, 2014; Sabiston et al., 2007).

Algunos autores han detectado cómo algunos grupos son más propensos a desarrollar esta AFS, estando constituido principalmente por personas del sexo femenino, con una autoestima baja y con sobrepeso, quienes suelen sentir mayor insatisfacción respecto a su imagen corporal (Camacho-Miñano & Herraiz, 2014; Campillo et al., 2008; Casillas-Estrella et al., 2006). En cuanto a la importancia atribuida a la EF, los chicos valoran más positivamente que sus compañeras la importancia de esta asignatura, viéndose favorecida cuando el alumno realiza actividades físico-deportivas fuera del horario lectivo y perjudicada por la edad (Aznar Ballesta & Vernetta Santana, 2022; Fernández Baños et al., 2017; Lluna-Ruiz et al., 2020).

Por ello, el objetivo de este estudio es conocer si existe relación entre la importancia que las personas le asignan a la EF y su nivel de AFS, en cuyo caso afirmativo se analizará si esta relación es positiva o negativa. Teniendo en cuenta la literatura revisada, se establecen tres hipótesis: 1) la AFS se ve influida significativamente por el sexo del alumno; 2) la AFS aumentará con la edad; 3) a mayor importancia atribuida a la EF, menor AFS.

## Material y método

### *Participantes*

La muestra, seleccionada mediante un muestreo por conveniencia, estuvo compuesta por 306 estudiantes de entre 12 y 14 años del primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) que cursaban la materia de EF en un centro educativo público de la Comunidad Autónoma de Extremadura (España). La composición de la muestra era bastante equilibrada en función del sexo, donde el 58.8% (N=180) eran alumnas y el 41.2% (N=126) eran alumnos. En cuanto a la distribución, el primer ciclo de la ESO está compuesto por tres cursos, donde el 47.4% (N=145) eran de 1ºESO, el 45.1% (N=138) eran de 2ºESO y el 7.5% (N=23) eran de 3ºESO. Por otro lado, la edad media de la muestra fue 12.84 años (SD=0.65).

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

Para poder participar en el estudio se tuvieron en cuenta dos criterios de inclusión: 1) Contar con el consentimiento informado paterno firmado por el representante legal. 2) Estar cursando la asignatura de EF en el primer ciclo de la ESO.

### *Procedimiento*

Para conseguir la muestra del estudio, se envió un correo electrónico con la información de la investigación, los objetivos, un enlace URL donde los profesores debían registrar sus datos si querían que sus alumnos participasen en el estudio y un modelo de consentimiento informado a todos los centros educativos en los que se impartieran Educación Secundaria Obligatoria, concretamente el primer ciclo. En cuanto a la obtención de los datos de contacto de los centros, se utilizó la web de la Consejería de Empleo y Educación de la Junta de Extremadura.

En segundo lugar, los investigadores se pusieron en contacto telefónicamente con todos los centros que completaron los apartados del enlace URL para informarles de que debían asegurarse de distribuir y recoger firmados los consentimientos informados enviados previamente en el correo electrónico. A continuación, debían concretar un día con los investigadores del estudio para que éstos acudieran al centro y pasaran los cuestionarios al alumnado.

Finalmente, el investigador que acudió a los centros educativos para suministrar los cuestionarios, a través de dispositivos electrónicos (*tablets*) pertenecientes al equipo investigador, se aseguró que todos los participantes contaban con el consentimiento informado firmado y a continuación los alumnos procedieron a responder los cuestionarios, tardando una media de 5 minutos. Además, el investigador se encargó de resolver todas las dudas que surgieron por parte de los alumnos. Los datos se recogieron respetando el anonimato de los participantes entre octubre y diciembre del año 2023 durante las clases de EF en los centros educativos.

### *Instrumentos*

Para llevar a cabo la investigación se utilizaron tres instrumentos: 1) un cuestionario sociodemográfico; 2) la Escala de Ansiedad Físico-Social (SPAS-7) con un valor de alfa de Cronbach de 0.85 (Sáenz-Alvarez et al., 2013); y 3) la escala unifactorial para la valoración de la importancia de la EF (Murcia et al., 2009) con un valor de alfa de Cronbach de 0.75.

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

Para comenzar, el primer cuestionario fue elaborado por el propio equipo investigador para recoger la información relativa al sexo, curso y edad de la muestra. En segundo lugar, la SPAS-7 (Sáenz-Alvarez et al., 2013) es un instrumento que se desarrolló con el objetivo de evaluar la ansiedad físico-social, formado por 7 ítems que se responden a través de una escala Likert de cinco niveles, donde 1) es “nunca” y 5) “siempre”. Finalmente, se aplicó un tercer instrumento para evaluar, como su nombre indica, la valoración personal que cada alumno le daba a la importancia de la EF (Murcia et al., 2009), compuesto por únicamente 3 ítems que se responden a través de una escala tipo Likert de 4 niveles, donde 1) es “totalmente en desacuerdo” y 4) “totalmente de acuerdo”.

### *Análisis estadístico*

Para llevar a cabo el análisis de los datos, tratados de forma anónima, se utilizó el software estadístico SPSS en su versión 24 para MAC. En primer lugar, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para comprobar si se cumplía el supuesto de normalidad en la distribución de los datos, obteniendo como resultado que no se cumplía dicho supuesto. Por ello, se procedió a aplicar la prueba Rho de Spearman analizando así la correlación entre las dos variables principales, es decir, la importancia asignada a la EF y la AFS percibida por los estudiantes. En cuanto a los coeficientes de correlación, se siguió la clasificación realizada por Mondragón Barrera (2014) de forma que la correlación podía ser: 1) “Perfecta” para valores de 0.91 a 1.00; 2) “Muy alta” para valores de 0.76 a 0.90; 3) “Considerable” para valores de 0.51 a 0.75; 4) “Media” para valores de 0.11 a 0.50; y 5) “Baja” para valores de 0.01 a 0.10.

Finalmente, se utilizó el estadístico alfa de Cronbach para analizar la consistencia interna de las escalas utilizadas en el estudio, siguiendo la clasificación de Nunnally y Bernstein (1994) para interpretar los valores, de forma que la consistencia interna podía ser: 1) Baja (<0.70); 2) Satisfactoria (de 0.71 a 0.90); o 3) Excelente (>0.91).

## **Resultados**

La asociación entre los ítems de las dos escalas se encuentra recogida en la tabla 1, donde se puede observar que la correlación entre ambas es inversa y significativa, además de indicar la puntuación media de cada ítem, de forma que la ansiedad físico-

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

social era menor cuanto mayor importancia le era atribuida a la EF. Si bien esta correlación era significativa en ambos sexos, cabe destacar que fue más significativa en la muestra femenina que en la masculina.

**Tabla 1.** Correlación entre las dimensiones del SPAS-7 y el Valoración de la importancia de la Educación Física (EF).

Dimensiones	SPAS-7 $\rho$ (p)	SPAS-7 $\rho$ (p)	
		Hombre	Mujer
1) Considero importante recibir clases de EF	-0.454 (<0.001)	-0.340 (<0.001)	-0.491 (<0.001)
2) Comparado con el resto de asignaturas, creo que la EF es una de las más importantes.	-0.312 (<0.001)	-0.301 (<0.001)	-0.310 (<0.001)
3) Creo que las cosas que aprendo en EF serán útiles en mi vida	-0.256 (<0.001)	-0.308 (<0.001)	-0.236 (<0.001)
Escala de importancia de la Educación Física	-0.374 (<0.001)	-0.345 (<0.001)	-0.383 (<0.001)

La correlación es significativa en  $p < 0.01$ ;  $p > 0.05$ . Cada puntuación obtenida se basa en una escala Likert (1-5): 1 "Totalmente en desacuerdo", 2 "Bastante en desacuerdo", 3 "Indiferente", 4 "Bastante de acuerdo", 5 "Totalmente de acuerdo".

Por otro lado, la tabla 2 recoge el modelo de predicción para la ansiedad físico-social, donde observamos que los predictores significativos ( $p < 0.001$ ) son el sexo ( $\beta = 0.577$ ) y la importancia otorgada a la EF ( $\beta = -0.659$ ). En el caso de la edad, no resultó ser un predictor significativo ( $p = 0.433$ ). Según el modelo, el 30% de la variabilidad ( $R^2 = 0.30$ ) se puede explicar, indicando así la relevancia de estas variables, aunque no son las únicas que influyen en la ansiedad físico-social.

**Table 2.** Modelo de predicción para la Ansiedad Físico-Social

Model 1 (R2) = 0.30				
Variable	$\beta$	SE	t	p
Sexo	0.577	0.112	5.166	<0.001
Edad	0.081	0.103	0.786	0.433
Importancia de la Educación Física	-0.659	0.070	-9.356	<0.001
Constante	3.535	1.219	2.899	0.004

Por último, se verificó que la escala SPAS-7 (0.91) y la escala de importancia de la EF (0.83) mostraron resultados satisfactorios de confiabilidad.

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

## Discusión

El objetivo de este estudio era conocer si existía una relación, y de qué tipo, entre la importancia atribuida a la EF y la AFS percibida en los adolescentes, teorizando tres hipótesis de las cuales se han cumplido dos: la AFS se ve influida significativamente por el sexo del alumno y a mayor importancia atribuida a la EF, menor AFS.

En los resultados obtenidos se ha detectado una relación inversa entre las dos variables principales de estudio, de forma que cuanto más importancia le otorgue un adolescente a la EF, menor AFS tendrá. A pesar de que no se han encontrado estudios que analicen la relación entre estas dos variables, algunos autores han observado cómo una mayor participación en la EF conlleva una mejor valoración del autoconcepto físico (Esnaola & Zulaika, 2009; Fox & Corbin, 1989; Piéron, 2002; Rudisill, 1989), siendo uno de los factores clave que influyen en la AFS. A pesar de que esta relación se ha dado en toda la muestra independientemente del sexo del alumno, es algo más significativa entre las alumnas, pudiéndose deber principalmente a que, aunque durante la adolescencia tanto los chicos como las chicas tienden a tener AFS debido a los cambios físicos, en las adolescentes suele ser mayor debido a la presión por parte de la sociedad para que tengan un cuerpo normativo (Aşçi et al., 1999; Sánchez Gallardo et al., 2019). Además, como indicaron Aznar Ballesta y Vernetta (2023) en su estudio, el porcentaje de abandono deportivo es mayor en las chicas que en los chicos, siendo los principales motivos la pereza/cansancio y la AFS, coincidiendo con los resultados obtenidos por otros autores (López-Castedo et al., 2018; Portela-Pino et al., 2021; Rico-Díaz et al., 2019).

Por otro lado, los resultados muestran cómo el sexo y la importancia atribuida a la EF son dos predictores significativos de la AFS, coincidiendo con los resultados obtenidos por otros autores donde las chicas mostraban una AFS significativamente superior a los chicos (López Castedo et al., 2020; Sánchez Gallardo et al., 2019). En cuanto a la edad, aunque en este estudio no parece tener una influencia significativa sobre la AFS, algunos autores han observado una correlación inversa con la AFS de forma que ésta aumenta progresivamente a la vez que el adolescente va cumpliendo años (Aznar Ballesta & Vernetta Santana, 2022; Luis de Cos et al., 2019). Esta

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

diferencia se puede deber a la edad de la muestra, siendo de 12 a 14 en este estudio, siendo más amplias en los estudios mencionados.

Además, el modelo de predicción de la AFS podría estar influenciado, a parte de las dos variables indicadas anteriormente (sexo e importancia de la EF) por otras variables que influyen en la AFS, como son la motivación para realizar actividades físico-deportivas (Brunet & Sabiston, 2009; Hausenblas et al., 2004; Thompson & Chad, 2000), el nivel de autoestima (Gargari et al., 2010; Kowalski et al., 2001), la existencia de trastornos alimentarios (Haase & Prapavessis, 1998; Hausenblas & Mack, 1999; Thompson & Chad, 2002), el autoconcepto (Hagger et al., 2010) y la insatisfacción corporal (Camacho-Miñano & Herraiz, 2014; Crawford & Eklund, 1994; Sabiston et al., 2007).

### *Limitaciones y futuras líneas de investigación*

En cuanto a las principales limitaciones del estudio, destacan la procedencia de los alumnos, quienes pertenecían todos a Extremadura (España), pudiendo variar los resultados en otras Comunidades Autónomas, y el rango de edad de los sujetos que no abarca toda la etapa de la adolescencia. Por otro lado, como futuras líneas de investigación se propone realizar más estudios subsanando las limitaciones mencionadas para poder extrapolar los resultados al resto de la población adolescente.

### **Conclusiones**

En base a los resultados obtenidos, se puede observar cómo la importancia que los alumnos otorgan a las clases de EF se relaciona inversamente con la AFS, aunque no se considera un factor predictivo, siendo una relación poco estudiada a día de hoy. En cuanto a los factores que influyen en este tipo de ansiedad, el sexo es un predictor de la AFS, aunque en la adolescencia temprana. Por ello, sería interesante que las políticas de salud pública implementaran estrategias educativas y sociales para concienciar a la población de la importancia de la EF en la mejora de la salud mental, prestando especial atención al género femenino.

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

## Referencias bibliográficas

- Alcaráz-Ibañez, M., Sicilia, Á., & Lirola, M. J. (2020). Ansiedad físico social y adicción al ejercicio: análisis del papel mediador de las necesidades psicológicas básicas. *Revista de Psicología del Deporte*, 29.
- Aşçi, F., Aşçi, A., Zorba, E., & others. (1999). Cross-cultural validity and reliability of Physical Self-Perception Profile. *International Journal of Sport Psychology*, 30(3), 399-406.
- Aznar Ballesta, A., & Vernetta, M. (2022). Satisfacción e importancia de la Educación Física en centros educativos de secundaria. *Revista iberoamericana de ciencias de la actividad física y el deporte*, 11(2), 44–57. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2022.v11i2.15009>
- Aznar-Ballesta, A., & Vernetta, M. (2023). Influencia de la satisfacción e importancia de la educación física en el abandono deportivo. *Espiral. cuadernos del profesorado*, 16(32), Article 32. <https://doi.org/10.25115/ecp.v16i32.8604>
- Brunet, J., & Sabiston, C. M. (2009). Social physique anxiety and physical activity: A self-determination theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 329-335. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.11.002>
- Camacho-Miñano, M. J., & Herraiz, N. del A. A. (2014). Ansiedad física social y educación física escolar: Las chicas adolescentes en las clases de natación. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(116), Article 116. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2014/2\).116.09](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2014/2).116.09)
- Campillo, N. C., Zafra, A. O., & Redondo, A. B. (2008). Relaciones entre la práctica de actividad física y el autoconcepto, la ansiedad y la depresión en chicas adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), Article 1. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/54541>
- Casillas-Estrella, M., Montaña-Castrejón, N., Reyes-Velázquez, V., Bacardí-Gascón, M., & Jiménez-Cruz, A. (2006). A mayor IMC mayor grado de insatisfacción de la imagen corporal. *Revista Biomédica*, 17(4), 243-249. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=13866>

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

- Crawford, S., & Eklund, R. C. (1994). Social Physique Anxiety, Reasons for Exercise, and Attitudes toward Exercise Settings. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 70-82. <https://doi.org/10.1123/jsep.16.1.70>
- Esnaola, I., & Zulaika, L. M. (2009). Physical Activity and Physical Self-Concept in a Sample of Middle-Age Basque Adults. *Perceptual and Motor Skills*, 108(2), 479-490. <https://doi.org/10.2466/pms.108.2.479-490>
- Espinosa, L., & Luis, J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 90, 57-71. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- Fernández Baños, R., Ortiz-Camacho, M. D. M., Baena-Extremera, A., & Zamarripa, J. (2017). Efecto del género del docente en la importancia de la Educación Física, clima motivacional, comportamientos disruptivos, la intención de práctica futura y rendimiento académico (Effect of teachers' gender on the importance of physical education, motivati. *Retos*, 33, 252-257. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.59991>
- Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and Preliminary Validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 408-430. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.408>
- Gammage, K. L., Ginis, K. A. M., & Hall, C. R. (2004). Self-Presentational Efficacy: Its Influence on Social Anxiety in an Exercise Context. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(2), 179-190. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.2.179>
- Gargari, B., Khadem-Haghighian, M., Taklifi, E., Hamed-Behzad, M., & Shahraki, M. (2010). Eating attitudes, self-esteem and social physique anxiety among Iranian females who participate in fitness programs. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 50(1), 79.
- Haase, A. M., & Prapavessis, H. (1998). Social physique anxiety and eating attitudes: Moderating effects of body mass and gender. *Psychology, Health & Medicine*, 3(2), 201-210. <https://doi.org/10.1080/13548509808402236>
- Hagger, M. S., Stevenson, A., Chatzisarantis, N. L. D., Gaspar, P. M. P., Ferreira, J. P. L., & Ravé, J. M. G. (2010). Physical self-concept and social physique anxiety:

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

Invariance across culture, gender and age. *Stress and Health*, 26(4), 304-329.  
<https://doi.org/10.1002/smi.1299>

Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11(1), 94–104.

Hausenblas, H. A., Brewer, b. W., & Van raalte, J. L. (2004). Self-Presentation and Exercise. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(1), 3-18.  
<https://doi.org/10.1080/10413200490260026>

Hausenblas, H. A., & Mack, D. E. (1999). Social physique anxiety and eating disorder correlates among female athletic and nonathletic populations. *Journal of Sport Behavior*, 22(4), 502.

Kowalski, N. P., Crocker, P. R. E., & Kowalski, K. C. (2001). Physical Self and Physical Activity Relationships in College Women: Does Social Physique Anxiety Moderate Effects? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72(1), 55-62. <https://doi.org/10.1080/02701367.2001.10608932>

Leary, M. R. (1992). Self-Presentational Processes in Exercise and Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(4), 339-351.  
<https://doi.org/10.1123/jsep.14.4.339>

Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin*, 107(1), 34-47.  
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.1.34>

Lirola, M.J.; Burgueño, R.; Sánchez-Gallardo, I. (2019). Comparación física y ansiedad físico social: Diferencias en función del género. *Journal of Sport and Health Research*. 11(Supl 1):41-50. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/59488>

Lluna-Ruiz, V., Alguacil, M., & González-Serrano, M. H. (2020). Análisis del disfrute con la educación física, la importancia de las clases y las intenciones de práctica en estudiantes de secundaria: Comparativa por género y curso (Analysis of the enjoyment of physical education, the importance of classes and the int. *Retos*, 38, 719-726. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.76941>

López Castedo, A., Domínguez Alonso, J., & Pin, I. (2020). Barreras percibidas para la práctica del ejercicio físico en adolescentes: Diferencias según sexo, edad y práctica deportiva: *Journal of Sport Psychology / Revista de Psicología del*

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

Deporte. Journal of Sport Psychology / Revista de Psicología del Deporte, 29, 84-90.

<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=sso&db=asn&AN=149251648&lang=es&site=ehost-live&scope=site&custid=s5935452>

López-Castedo, A., Domínguez-Alonso, J., & Portela-Pino, I. (2018). Predictive variables of motivation and barriers for the practice of physical exercise in adolescence. Journal of Human Sport and Exercise, 13(4). <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.134.17>

Luis de Cos, G., Arribas Galarraga, S., Luis de Cos, I., & Arruza Gabilondo, J. A. (2019). Competencia motriz, compromiso y ansiedad de las chicas en Educación Física. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 36, 231-238. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260908>

Mondragón Barrera, M. A. (2014). Uso de la correlación de spearman en un estudio de intervención en fisioterapia. Movimiento Científico, 8(1), 98-104. <https://doi.org/10.33881/2011-7191.mct.08111>

Murcia, J. A. M., Coll, D., & Pérez, L. M. R. (2009). Self-determined motivation and physical education importance. Human movement, 10(1), 5-11.

Nunnally, J., & Bernstein, I. (1994). Elements of statistical description and estimation. Psychometric theory, 3(127).

Piéron, M. (2002). Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra. Andorra: Ministeri d'Educació Joventut i Esports.

Portela-Pino, I., Valverde-Esteve, T., & Martínez-Patiño, M. J. (2021). Age as a determining variable in the practice or abandonment of physical exercise among young people. PLOS ONE, 16(6), e0253750. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253750>

Prieto, J. M. (2020). Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento académico. Journal of Sport and Health Research, 12 (extra 1), 25-30.

Rico-Díaz, J., Arce-Fernández, C., Padrón-Cabo, A., Peixoto-Pino, L., & Abelairas-Gómez, C. (2019). Motivaciones y hábitos de actividad física en alumnos

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

universitarios (Motivations and physical activity habits in university students). Retos, 36, 446-453. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.69906>

Rudisill, M. E. (1989). Influence of Perceived Competence and Causal Dimension Orientation on Expectations, Persistence, and Performance during Perceived Failure. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60(2), 166-175. <https://doi.org/10.1080/02701367.1989.10607432>

Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C., & Mack, D. E. (2007). Social Physique Anxiety in Adolescence: An Exploration of Influences, Coping Strategies, and Health Behaviors. *Journal of Adolescent Research*, 22(1), 78-101. <https://doi.org/10.1177/0743558406294628>

Sáenz-Alvarez, P., Sicilia, Á., González-Cutre, D., & Ferriz, R. (2013). Psychometric Properties of the Social Physique Anxiety Scale (SPAS-7) in Spanish Adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 16, E86. <https://doi.org/10.1017/sjp.2013.86>

Sánchez Gallardo, I., Granero Gallegos, A., Sicilia Camacho, Á., & Medina Casaubón, J. (2019a). Estudio transversal de la presión sociocultural sobre la ansiedad físico social de preadolescentes españoles. BIAH 2018. International Congress of Body Image & Health 6, 7 y 8 de junio de 2018: Libro de actas, 2019, ISBN 978-84-17261-31-3, pág. 302, 302. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8317418>

Sánchez Gallardo, I., Granero Gallegos, A., Sicilia Camacho, Á., & Medina Casaubón, J. (2019b). Incidencia de la presión sociocultural en la ansiedad físico-social de alumnos de educación primaria de 9 a 12 años de edad. *Investigaciones sobre el impacto de la imagen corporal*, 2019, ISBN 978-84-17261-57-3, págs. 41-50, 41-50. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7931828>

Spink, K. S. (1992). Relation of Anxiety about Social Physique to Location of Participation in Physical Activity. *Perceptual and Motor Skills*, 74(3\_suppl), 1075-1078. <https://doi.org/10.2466/pms.1992.74.3c.1075>

Thompson, A. M., & Chad, K. E. (2000). The Relationship of Pubertal Status to Body Image, Social Physique Anxiety, Preoccupation with Weight and Nutritional

Artículo original. Asociación entre la importancia de la Educación Física y la ansiedad físico social en España. Vol. 10, n.º 3; p. 487-501, Septiembre 2024. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.3.10694>

Status in Young Females. Canadian Journal of Public Health, 91(3), 207-211.  
<https://doi.org/10.1007/BF03404273>

Thompson, A. M., & Chad, K. E. (2002). The relationship of social physique anxiety to risk for developing an eating disorder in young females. Journal of Adolescent Health, 31(2), 183-189. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(01\)00397-4](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(01)00397-4)

Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder, M. (1995). Social phobia: The role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. Behavior Therapy, 26(1), 153-161.